ชุดพุทธวิธีเพื่อความสุข

ความสุขหาได้ไม่ยาก

พระนิพนธ์ สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช
วัดบวรนิเวศวิหาร



ความสุขหาได้ไม่ยาก

พระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

ความสุขหาได้ไม่ยาก

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน)

ความสุขหาได้ไม่ยาก.-- พิมพ์ครั้งที่ 6.--

กรุงเทพฯ : มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2553.

45 **หน้า**

1. **ธรรมะกับชีวิตประจำวัน.-- ธรรมเทศนา.**

I. ชื่อเรื่อง

294.3144

ISBN 974 580-798-2

พิมพ์ครั้งที่ ๖/๒๕๕๓ จำนวน ๕.๐๐๐ เล่ม

ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา นายจิรายนต์ สังฆสุวรรณ

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย

๑๒๙ หมู่ ๓ ถ.ศาลายา-นครชัยศรี ต.ศาลายา

อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

โทร. ๐-๒๘๐๐-๒๓๗๓-๔

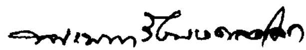
คำนำ

มหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์ มีนโยบายที่จะจัดพิมพ์หนังสือทางพระพุทธศาสนา เพื่อประชาชน ทุกระดับชั้น สามารถอ่านศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับคำสอนของพระพุทธ-ศาสนาได้โดยง่าย อันจะเป็นประโยชน์ต่อการนำไปประพฤติปฏิบัติให้เกิดสันติสุขแก่ชีวิตและสังคม ทั้งจะเป็นการช่วยกันดำรง และส่งเสริมพระพุทธศาสนาให้มั่นคงสถาพรสืบไปด้วย

มหามกุฏราชวิทยาลัยได้พิจารณาเห็นว่า พระนิพนธ์ของเจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกล-มหาสังฆปริณายก เหมาะสมเป็นอย่างยิ่งที่จะจัดพิมพ์เผยแพร่ตามนโยบายดังกล่าว เพราะเป็นบทพระนิพนธ์ที่ประกอบด้วยเนื้อหาสาระครบถ้วนบริบูรณ์ และอ่านเข้าใจง่ายสำหรับผู้อ่านทุกระดับ มหามกุฏราชวิทยาลัย จึงได้เลือกสรรมาจัดพิมพ์เผยแพร่เป็นชุด ๆ เป็นลำดับไป

เรื่องความสุขหาได้ไม่ยาก เป็นพระนิพนธ์ที่ทรงอธิบายถึงพุทธวิธีที่จะสร้างความสุขให้แก่ชีวิต ตามหลักคำสอนและตามความมุ่งหมายทางพระพุทธศาสนา มีเนื้อหาไม่ยากและไม่ง่ายจนเกินไป ทั้งไม่ยาว และไม่สั้นจนเกินไปด้วย แต่ก็มีเนื้อหาเพียงพอ ที่จะทำให้ผู้อ่านได้ความรู้ความเข้าใจถึงพุทธวิธี

สร้างความสุขให้แก่ชีวิต ดังที่ทรงเรียกว่า "**ความสุขหาได้ไม่ยาก**"



(พระมหารัชมงคลดิลก)

ผู้อำนวยการ

มหามกุฏราชวิทยาลัย

มีนาคม ๒๕๔๑

สารบาญ

ความสุขหาได้ไม่ยาก

ความสุขที่เห็นได้

อันความสุขย่อมเป็นที่ปรารถนาของคนทุก ๆ คน และทุก ๆ คนย่อมเคยประสบความสุขมาแล้ว ความสุขเป็นอย่างไรจึงเป็นที่รู้จักกันอยู่ ในเวลาที่กายและจิตใจอิ่มเอิบสมบูรณ์สบายก็กล่าวกันว่าเป็นสุข

ความสุขจึงเกิดขึ้นที่กายและจิตใจนี่เอง

สำหรับกายนั้น เพียงให้เครื่องอุปโภคบริโภคพอให้เป็นไปได้ก็นับว่าสบาย แม้กายสบายดังกล่าวมานี้ ถ้าจิตไม่สบาย กายก็พลอยซูบซีดเศร้าหมองด้วย ส่วนกายเมื่อไม่สบายด้วยความเจ็บป่วยหรือด้วยความคับแค้นอย่างใดอย่างหนึ่ง ถ้าจิตยังร่าเริงสบายอยู่ ก็ไม่รู้สึกว่าเป็นทุกข์เป็นร้อนเท่าใดนัก และความไม่สบายของกายก็อาจบรรเทาไปได้

เพราะเหตุนี้ความสุขจิตสุขใจนั่นแลเป็นสำคัญ

อันความสุขทางจิตใจนี้ คิด ๆ ดูก็น่าเห็นว่าหาได้ไม่ยากอีก เพราะความสุขอยู่ที่จิตใจของตนเอง จักต้องการให้จิตเป็น

สุขเมื่อใดก็น่าจะได้ ใคร ๆ เมื่อคิดดูก็จักต้องยอมรับว่าน่าคิดเห็นอย่างนั้น แต่ก็ต้องยอมจนอีกว่า สามัญชนทำไม่ได้เสมอไป เพราะยังต้องการเครื่องอุปกรณ์แห่งความสุข หรือเรียกว่า เครื่องแวดล้อมอุดหนุนความสุข มีเงินทอง เครื่องอุปโภคบริโภค เป็นต้น ถ้าเครื่องอุปกรณ์แห่งความสุขขาดไป หรือมีไม่เพียงพอ ก็ทำให้เป็นสุขมิได้ นี้เรียกว่า ยังต้องปล่อยใจให้เป็นไปตามเหตุการณ์อยู่ ข้อนี้เป็นความจริง

เพราะเหตุฉะนี้ ในที่นี้ จึงประสงค์ความสุข ที่มีเครื่องแวดล้อม หรือที่เรียกว่าสุขสมบัติ อันเป็นความสุขขั้นสามัญชนทั่วไป

คิดดูเผิน ๆ ความสุขนี้ น่าจักหาได้ไม่ยาก เพราะในโลกนี้มีเครื่องอุปกรณ์แห่งความสุข แวดล้อมอยู่โดยมาก

หากสังเกตดูชีวิตของคนโดยมาก ที่กำลังดำเนินไปอยู่ จักรู้สึกว่า ตรงกันข้ามกับที่คิดคาด ทั้งนี้ มิใช่เพราะเครื่องแวดล้อมอุดหนุนความสุขในโลกนี้ มีน้อยจนไม่เพียงพอ แต่เป็นเพราะผู้ขาดแคลนสุขสมบัติ ไม่ทำเหตุอันเป็นศรีแห่งสุขสมบัติ จึงไม่ได้สุขสมบัติเป็นกรรมสิทธิ์ ส่วนผู้ที่ทำเหตุแห่งสุขสมบัติ ย่อมได้สุขสมบัติมาเป็นกรรมสิทธิ์

เพราะเหตุนี้ ผู้ปรารถนาสุข จึงสมควรจับเหตุให้ได้ก่อนว่า อะไรเป็นเหตุของความสุข และอะไรเป็นเหตุของความทุกข์ บางคนอาจเห็นว่า เหตุของความสุขความทุกข์อยู่ภายนอก คือ

สุขเกิดจากสิ่งภายนอก มีเงิน ทอง ยศ ชื่อเสียง บ้านที่สวยงาม เป็นต้น ส่วนความทุกข์ ก็เกิดจากสิ่งภายนอกนั้นเหมือนกัน บางคนอาจเห็นว่า ความสุขความทุกข์เกิดจากเหตุภายใน จัก พิจารณาความเห็นทั้งสองนี้ต่อไป

สิ่งภายนอกโดยมาก ถ้าเป็นส่วนที่ดี มีเงิน ทอง ยศ ชื่อเสียง เป็นต้น ก็เป็นที่ปรารถนาตรงกัน ของคนเป็นอันมาก จึงต้องมีการแสวงหา แข่งขันกันโดยทางใดทางหนึ่ง เมื่อได้มา ก็ให้เกิดความสุข เพราะสมปรารถนาบ้าง เพราะนำไปเลี้ยงชีพตนและผู้อื่นให้อิ่มหนำสำราญบ้าง สิ่งภายนอก ย่อมอุดหนุนความสุขฉะนี้ แต่สิ่งภายนอก เป็นสิ่งไม่ยั่งยืน แปรเปลี่ยนไปอยู่เสมอ ความสุขที่เกี่ยวเกาะติดอยู่ ก็ต้องแปรเปลี่ยนไปตามความทุกข์จึงปรากฏขึ้นติด ๆ กันไปทีเดียว ความสุขเช่นนี้ เป็นความสุขที่ลอยไปลอยมา หรือเรียกว่า เป็นความสุขลูกโป่ง และในความแสวงหา ถ้าไม่ได้ หรือได้สิ่งที่ไม่ชอบ ก็ให้เกิดความทุกข์ เพราะไม่สมปรารถนา อนึ่ง ถ้าได้สิ่งนั้น ๆ มา ด้วยการกระทำที่ไม่ดี การกระทำนั้น ก็จักเป็นเครื่องตัดทอนตนเองอีกส่วนหนึ่ง

ข้อความที่กล่าวมานี้ แสดงว่าสิ่งภายนอกอุดหนุนความสุขสำราญให้บ้าง แต่จัดเป็นเหตุของความสุขหรือ ?

ถ้าเป็นเหตุของความสุข ผู้ที่มีสิ่งภายนอกบริบูรณ์ จักต้องเป็นสุขทุกคน แต่ความจริงไม่เป็นอย่างนั้น ผู้ที่บริบูรณ์

ด้วยสิ่งภายนอก แต่เป็นทุกข์มีถมไป เพราะเหตุนี้ **สิ่งภายนอกจึงมิใช่เป็นตัวเหตุของความสุข เป็นเพียงเครื่องแวดล้อมอุดหนุนความสุขดังกล่าวแล้วเท่านั้น**

บัดนี้ ยังเหลืออยู่อีกความเห็นหนึ่ง ซึ่งว่าสุขทุกข์เกิดจากเหตุภายใน

อันสิ่งภายนอก มี เงิน ทอง ยศ ชื่อเสียง เป็นต้น อันเป็นอุปกรณ์แก่ความสุข เมื่อคิดดูให้ซึ้งลงไป จักเห็นว่าเกิดจากการกระทำของตนเอง ถ้าตนเองอยู่เฉย ๆ ไม่ทำการงานอันเป็นเหตุ ที่เพิ่มพูนสิ่งภายนอกเหล่านั้น สิ่งภายนอกนั้น ก็จะไม่เกิดขึ้น ที่มีอยู่แล้ว ก็ต้องแปรเปลี่ยนไป ถ้าไม่มีใหม่มาชดเชย ก็จักต้องหมดไปในที่สุด เพราะเหตุฉะนี้ จึงกล่าวได้ว่า สิ่งภายนอกที่เป็นอุปกรณ์แก่ความสุขนั้น ก็เกิดขึ้น เพราะการกระทำของตนเองในทางธรรม การประกอบอาชีพ มีกสิกรรม พาณิชยกรรม เป็นต้น ไปตามธรรมดา ไม่เรียกเป็นการงานที่ดีหรือชั่ว แม้ชาวโลก ก็ไม่เรียกผู้ประกอบการอาชีพ ไปตามธรรมดาว่า เป็นคนดีหรือเป็นคนเลว แต่หากว่ามีการทำอย่างอื่นพิเศษออกไป ถ้าต้องด้วยเนติอันงาม ก็เรียกกันว่าดี ถ้าไม่ต้องด้วยเนติอันงาม ก็เรียกกันว่าเลว ไม่ดี

เพราะเหตุฉะนั้น **ผู้ปรารถนาสุขเบื้องต้น จึงสมควรหมั่นประกอบการงาน หาเลี้ยงชีพตามทางของตน ๆ** โดยไม่ตัดรอนกัน ไม่เฉื่อยชาเกียจคร้าน และแก้ไขในการงานของตนให้ดีขึ้น ก็

จักไม่ต้องประสบความแร้นแค้นขัดข้อง ถ้าไม่หมั่นประกอบการงาน เกียจคร้าน เฉื่อยชา และไม่คิดแก้ไขการงานของตนให้ดีขึ้น ปล่อยไปตามเรื่อง ก็อาจจักต้องประสบความยากจนข้นแค้น ต้องอกแห้งเป็นทุกข์ และนั่นเป็นความผิดใหญ่ ต่อประโยชน์ปัจจุบันของตนเอง

การทำอย่างหนึ่ง ทางธรรมเรียกว่าดี เป็นวิถีทางของคนฉลาด และทางโลกยกย่องนับถือว่าดี การทำอย่างนี้ เรียกว่า สุจริต แปลว่า ประพฤติดี ประพฤติดีทางกาย เรียกกายสุจริต ประพฤติดีทางวาจา เรียกว่าวจีสุจริต ประพฤติดีทางใจ เรียกว่ามโนสุจริต กายสุจริต จำแนกเป็น ๓ คือ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดในทางกามประเวณี วจีสุจริต จำแนกเป็น ๔ คือ ไม่พูดปด ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพ้อเจ้อเหลวไหล มโนสุจริต จำแนกเป็น ๓ คือ ไม่เพ่งเล็งทรัพย์สมบัติของผู้อื่น ด้วยโลภเจตนาคิดจะเอามาเป็นของ ๆ ตน ไม่พยาบาทปองร้าย ไม่เห็นผิดจากคลองธรรม มีความเห็นว่าทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่ว เป็นต้น รวมเป็น ๑๐ ประการ

ส่วนการกระทำที่ตรงกันข้าม เรียกว่า ทุจริต แปลว่า ประพฤติชั่ว ประพฤติชั่วทางกาย เรียกว่า กายทุจริต ประพฤติชั่วทางวาจา เรียกว่า วจีทุจริต ประพฤติชั่วทางใจ เรียกว่า มโนทุจริต ทุจริต ๓ นี้มีจำแนกตรงกันข้ามกับสุจริต

คำว่าประพฤติ มักจะพูดมุ่งหมายถึง การกระทำทางกาย

และวาจา คำว่า ทำ ก็มักพูดหมายถึงการทำทางกาย การทำทางวาจาเรียกว่า พูด การทำทางใจ เรียกว่า คิด ส่วนทางธรรม การทำ พูด คิด เรียกเป็นอย่างเดียวกันว่า ทำ หรือ ประพฤติดี และมีคำว่า กาย วาจา ใจ กำกับ เพื่อให้รู้ว่า ทำหรือประพฤติทางไหน

ทุจริต ทางธรรม เรียกว่าไม่ดี เป็นวิถีทางของผู้ไม่ฉลาด ทางโลก ก็เหยียดหยามว่าเลว ไม่ดี โดยนัยนี้ จึงเห็นว่าทั้งทางโลก ทั้งทางธรรม นับถือสิทธิของผู้อื่น หรือเรียกว่านับถือขอบเขตแห่งความสงบสุขของผู้อื่น เพราะสุจริตและทุจริตที่จำแนกไว้อย่างละ ๑๐ ประการนั้น โดยความก็คือ ไม่ประพฤติละเมิดสิทธิ หรือไม่เบียดเบียนความสงบสุขของผู้อื่น และการประพฤติละเมิดสิทธิ และความสงบสุขของผู้อื่นนั้นเอง

แต่ทางโลกนับถือสิทธิของบุคคล และสัตว์เดียรัจฉานบางจำพวก ไม่นับถือบางจำพวก โดยอาศัยกฎหมายเป็นหลัก ส่วนทางธรรม นับถือทั่วไป ไม่มีแบ่งแยกยกเว้น เพราะทางธรรมละเอียดประณีต

อนึ่ง ทุจริต อยู่เฉย ๆ ประพฤติไม่ได้ ต้องประพฤติด้วยความขวนขวาย พยายามจนผิดแผกแปลกไปจากปรกติ จึงจัดเป็นทุจริตได้ ส่วนสุจริต ประพฤติได้โดยไม่ต้องลงทุนลงแรงประพฤติไปตามปรกติของตนนั่นแล ไม่ต้องตบแต่งเปลี่ยนแปลงก็เป็นสุจริตได้ เพราะเหตุนี้ เมื่อว่าทางความประพฤติ สุจริตจึงประพฤติได้ง่ายกว่า

เมื่อเป็นเช่นนี้ *เพราะเหตุไร ทุจริตจึงเกิดขึ้นได้ ?*

ข้อนี้เป็นเพราะยังขาดธรรมในใจ เป็นเครื่องเหนี่ยวรั้งความประพฤติ จึงเป็นไปตามใจของตนเอง ผู้รักษาศีล หรือประพฤติสุจริต หรือแม้ประพฤติกฎหมายของบ้านเมือง ถ้าไม่มีธรรมอยู่ในใจบ้างแล้ว ก็มักจะรักษาหรือประพฤติทำนองทนายว่าความ เพราะการกระทำบางอย่าง ไม่ผิดศีลตามสิกขาบท ไม่ผิดสุจริตตามหัวข้อ แต่ผิดธรรมมีอยู่ และจะประพฤติหรือรักษาให้ตลอดไปมิได้ เพราะเหตุนี้ จึงสมควรมีธรรมในใจสำหรับประพฤติคู่กันไปกับสุจริต

ธรรมมีมาก แต่ในที่นี้ จักเลือกแสดงแต่ธรรมที่สมควรประพฤติปฏิบัติ คู่กันไปกับสุจริต โดยนัยหนึ่ง คือ

มีความละอายใจในการเบียดเบียน มีความเอ็นดูขวนขวาย อนุเคราะห์สัตว์ทั้งปวง ด้วยประโยชน์ คู่กับการไม่ฆ่าสัตว์

มีความโอบอ้อมอารี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เฉลี่ยความสุขของตนแก่คนที่ควรเฉลี่ยให้ ด้วยการบริจาคให้ คู่กับการไม่ลักทรัพย์

มีสันโดษยินดี เฉพาะสามีหรือภริยาของตน ไม่คิดนอกใจ สำหรับผู้ที่ยังไม่มีครอบครัว ก็มีเคารพในธรรมเนียมประเพณีที่ดี ไม่คิดละเมิด คู่กับการไม่ประพฤติผิด ในทางกามประเวณี

มีปากตรงกับใจ ไม่ลดเลี้ยวลับลมคมใน คู่กับไม่พูดปด

พูดชักให้เกิดสามัคคี สมานสามัคคี ด้วยในใจ สมาน คู่กับไม่พูดส่อเสียด

พูดกันดี ๆ อ่อนหวานตามสมควรแก่ภาษานิยม มิใช่กด มิใช่ยกยอ ด้วยอัธยาศัยอ่อนโยนนิ่มนวล ไม่กระด้าง คู่กับไม่พูดคำหยาบ

พูดมีหลักฐานที่อ้างอิง มีกำหนด มีประโยชน์ มีจบอย่างสูง เรียกว่า มีวาจาสิทธิ์ ด้วยความตกลงใจทันท่วงที มั่นคง ไม่โงนเงนโลเล คู่กับไม่พูดเพ้อเจ้อเหลวไหล

มีใจสันโดษยินดี ในสมบัติของตนตามได้ ตามกำลัง ตามสมควร และมีใจยินดี ด้วยหรือวางใจเฉย ๆ ด้วยความรู้เท่าในเมื่อผู้อื่นได้รับสมบัติ หรือในเมื่อเห็นสมบัติของผู้อื่น คู่กับไม่เพ่งเล็งทรัพย์สมบัติของผู้อื่นด้วยโลภเจตนา คิดจะเอามาเป็นของตน

มีเมตตาไมตรีจิตในสัตว์ทั้งปวง คู่กับไม่พยาบาทปองร้าย

ทำความเห็นให้ตรงเพื่อให้ถูกให้ชอบยิ่งขึ้น คู่กับความเห็นชอบ

ธรรมตามที่แสดงมานี้ มีอยู่ในบุคคลใด บุคคลนั้นชื่อว่า ธรรมจารี ผู้ประพฤติธรรม หมายถึงความประพฤติเรียกว่า ธรรมจริยา ส่วนที่ตรงกันข้ามกับที่แสดงมานี้ เรียกว่าอธรรมคู่กับทุจริต สุจริตกับธรรมที่คู่กัน เรียกอย่างสั้นในที่นี้ว่า สุจริตธรรม นอกนี้เรียกว่าทุจริตอธรรม

สุจริตธรรมให้เกิดผลอย่างไร ?

ทุจริตอธรรมให้เกิดผลอย่างไร ?

คิดให้รอบคอบสักหน่อย ก็จักให้เห็นได้ในปัจจุบันนี้เอง

ผู้ประพฤติสุจริตธรรม ย่อมเป็นคนไม่มีภัย ไม่มีเวร มีกาย วาจา ใจปลอดโปร่ง นี้เป็นความสุขที่เห็นกันอยู่แล้ว

ส่วนผู้ประพฤติทุจริตอธรรม ตรงกันข้าม มีกายวาจาใจหมกหมุ่นวุ่นวาย แม้จักมี ทรัพย์ ยศ ชื่อเสียงสักเท่าใด ก็ไม่ช่วยให้ปลอดโปร่งได้ ต้องเปลืองทรัพย์ เปลืองสุข ระวังทรัพย์ ระวังรอบด้าน นี้เป็นความทุกข์ที่เห็นกันอยู่แล้ว

ส่วนในอนาคตเล่าจักเป็นอย่างไร ?

อาศัยพุทธภาษิตที่แสดงว่า **กลฺยาณการี กลฺยาณํ** ผู้ทำดีย่อมได้ดี **ปาปการี จ ปาปกํ** *ผู้ทำชั่วย่อมได้ชั่ว* จึงลงสันนิษฐานได้ว่า สุจริตธรรม อำนวยผลที่ดี คือความสุข ทุจริตอธรรม อำนวยผลที่ชั่ว คือความทุกข์ แม้ในอนาคตแน่แท้

อนึ่ง ในที่นี้ รวมผลแห่งสุจริตธรรมทั้งสิ้น แสดงรวมยอดอย่างเดียวว่าความสุข เพราะเหตุนี้ สิ่งใดเป็นอุปกรณ์แห่งความสุข หรือเรียกว่าสุขสมบัติ เช่น ความบริบูรณ์ทรัพย์ ผิวพรรณงาม อายุยืน ยศ ชื่อเสียง เป็นต้น สิ่งนั้นทั้งหมดเป็นผลแห่งสุจริตธรรม

จักแสดงวิธีปฏิบัติสุจริตธรรมสักคู่หนึ่ง โดยย่อไว้ เผื่อผู้ต้องการต่อไป คือ ไม่พยาบาทกับเมตตา

เมื่ออารมณ์ร้ายอย่างเบา คือความหงุดหงิดไม่พอใจแรงขึ้น เป็นความฉุนเฉียวร้ายกาจ แรงขึ้นอีก เป็นพยาบาท เหล่านี้อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น ควรทำความรู้จักตัว และพิจารณาโดยนัยว่า นี้ เท่ากับทำโทษตน เผาตนโดยตรง มิใช่ทำโทษหรือแผดเผาผู้อื่นเลย คราวที่ตนผิดใจ ยังเคยให้อภัย ไม่ถือโทษโกรธแค้น เหตุไฉน เมื่อผู้อื่นทำผิดใจ จึงมาลงโทษแผดเผาตนเล่า ผู้อื่นที่ตนโกรธนั้น เขามิได้ทุกข์ร้อนไปกับเราด้วยเลย อนึ่งควรตั้ง กติกาข้อบังคับสำหรับตนว่า เมื่อเกิดอารมณ์ร้าย มีโกรธเป็นต้นขึ้น จักไม่พูด จักไม่แสดงกิริยาของคนโกรธ หรือตั้งกติกาประการอื่น ซึ่งอาจจักรักษาอารมณ์ร้ายเหล่านั้นไว้ข้างใน มิให้ออกมาเต้นอยู่ข้างนอก และพยายามดับเสีย ด้วยอารมณ์เย็นชนิดใดชนิดหนึ่ง ด้วยการพิจารณาให้แยบคาย มิให้ลุกกระพือสุมอกอยู่ได้

เมตตา มิตร ไมตรี สามคำนี้ เป็นคำหนึ่งอันเดียวกัน

เมตตา คือความรักใคร่ ปรารถนาจะให้เป็นสุข มิตรคือผู้มีเมตตา ปรารถนาสุขประโยชน์ต่อกัน ไมตรี คือความมีเมตตาปรารถนาดีต่อกัน

ผู้ปรารถนาจะปลูกเมตตาให้งอกงามอยู่ในจิต พึงปลูกด้วยการคิดแผ่ ในเบื้องต้น แผ่ไปโดยเจาะจงก่อน ในบุคคลที่ชอบพอ มีมารดาบิดา ญาติมิตร เป็นต้น โดยนัยว่า ผู้นั้น ๆ จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่มีความเบียดเบียน ไม่มีทุกข์ มีสุขสวัสดิ์

รักษาตนเกิด เมื่อจิตได้รับการฝึกหัด คุ้นเคยกับเมตตาเข้าแล้ว ก็แผ่ขยายให้กว้างออกไป โดยลำดับ ดังนี้ ในคนที่เฉย ๆ ไม่ชอบ ไม่ชัง ในคนที่ไม่ชอบน้อย ในคนที่ไม่ชอบมาก ในมนุษย์และดิรัจฉานไม่มีประมาณ

เมตตาจิต เมื่อคิดแผ่กว้างออกไปเพียงใด มิตรและไมตรี ก็มีความกว้างออกไปเพียงนั้น เมตตาไมตรีจิตมิใช่อำนวยความสุขให้เฉพาะบุคคล ย่อมให้ความสุขแก่ชนส่วนรวม ตั้งแต่สองขึ้นไปด้วย คือ หมู่ชนที่มีไมตรีจิตต่อกัน ย่อมหมดความระแวง ไม่ต้องจ่ายทรัพย์ จ่ายสุข ในการระวังหรือเตรียมรุกรับ มีโอกาสประกอบการงาน อันเป็นประโยชน์แก่ตนเองและหมู่เต็มที่ มีความเจริญรุ่งเรือง และความสงบสุขโดยส่วนเดียว

เพราะเหตุนี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้เป็นพระบรมศาสดาของเราทั้งหลาย ผู้ทรงมีพระเมตตาไมตรี มีมิตรภาพในสรรพสัตว์ ทอดพระเนตรเห็นการณ์ไกล จึงได้ทรงประทานศาสนธรรมไว้ หนึ่งฉันทคาถา แปลความว่า **บุคคลพึงประพฤติธรรมให้เป็นสุจริต ไม่พึงประพฤติธรรมให้เป็นทุจริต ผู้มีปรกติประพฤติธรรม ย่อมอยู่เป็นสุข ในโลกนี้และในโลกอื่นดังนี้**

ในข้อว่า พึงประพฤติธรรมให้เป็นสุจริต ไม่พึงประพฤติธรรมให้เป็นทุจริต ในฉันทคาถานั้น คำว่า **ธรรม น่าจักหมาย**

เอาการงานทั้งปวง ที่ทำทางกาย วาจา และใจ คือ การทำ การพูด การคิด ที่เป็นไปอยู่ตามปรกตินี้เอง ทรงสอนให้ทำ พูด และคิด ให้เป็นสุจริต มิให้เป็นทุจริต

ส่วนในข้อว่า ผู้มีปรกติประพฤติธรรม ย่อมอยู่เป็นสุขนั้น **คำว่าธรรม หมายความว่าความดี** ดังคำว่ามีธรรมอยู่ในใจ ดังที่เข้าใจกันอยู่ทั่วไป ผู้ประพฤติกายวาจาให้เป็นสุจริต ไม่ประพฤติให้เป็นทุจริต ทั้งประพฤติธรรม คือมีธรรมอยู่ในใจ ย่อมอยู่เป็นสุขในโลกนี้ และในโลกอื่น คือในโลกอนาคต อันจักค่อยเลื่อนมา เป็นโลกปัจจุบัน แก่ทุก ๆ คน ในเวลาไม่ช้า

ความสุข ย่อมเกิดจากเหตุภายใน คือสุจริตธรรมด้วยประการฉะนี้

เพราะฉะนั้น ผู้ปรารถนาสุข เมื่อจับตัวเหตุการณ์แห่งความสุข และความทุกข์ได้ฉะนี้แล้ว ควรเว้นทุจริตอธรรม อันเป็นเหตุของความทุกข์ ควรประพฤติสุจริตธรรม อันเป็นเหตุของความสุข ถ้าประพฤติดังนี้ ชื่อว่าได้ก่อเหตุการณ์ของความสุขสมบัติทั้งปวงไว้แล้ว นี้เป็นความชอบยิ่งของตนเอง ถ้ากลับประพฤติทุจริตอธรรม เว้นสุจริตธรรมเสีย ย่อมชื่อว่าได้ก่อเหตุการณ์ แห่งความทุกข์พิบัติทั้งปวงไว้แล้ว นี้ เป็นความผิดของตนเอง

อนึ่ง ถ้ามีปัญหาในชีวิตปัจจุบัน ของผู้ประพฤติสุจริตธรรมหรือทุจริตอธรรมเกิดขึ้น พึงทราบว่า ในคราวที่สุจริต

ธรรม ที่ได้ทำไว้แล้ว กำลังให้ผลอยู่ ผู้ประพฤติทุจริตอธรรม ย่อมพรั่งพร้อมด้วยสุขสมบัติ และความสดชื่นร่าเริง อาจสำคัญทุจริตอธรรมดุจน้ำหวาน และอาจเย้ยหยันผู้ประพฤติสุจริตธรรมได้ แต่ในกาลที่ทุจริตอธรรมของตนให้ผล ก็จักต้องประจวบทุกข์พิบัติ ซบเซา เศร้าหมอง ดุจต้นไม้ในฤดูแล้ง

อนึ่ง ในคราวที่ทุจริตอธรรม ที่ได้ทำไว้แล้ว กำลังให้ผลอยู่ ผู้ประพฤติสุจริตธรรม ก็ยังต้องประสบทุกข์พิบัติ ซบเซาอับเฉาอยู่ก่อน แต่ในกาลที่สุจริตธรรมของตนให้ผล ย่อมเกิดสุขสมบัติอย่างน่าพิศวง ดุจต้นไม้ในฤดูฝน แม้สุจริตธรรมจักยังไม่ให้ผล โดยนัยที่กล่าวนี้ กาย วาจา และใจของตน ก็ย่อมปลอดโปร่ง เป็นสุขสงบ เป็นผลที่มีประจำทุกทิวาราตรีกาล

สำคัญที่ใจ

"ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจประเสริฐสุด สำเร็จแล้วด้วยใจ ถ้าบุคคลมีใจร้ายแล้ว จะพูด หรือจะทำ ทุกข์ย่อมติดตามผู้นั้นไป เพราะเหตุนั้น เหมือนอย่างล้อไปตามรอยเท้าโค ที่ลากเกวียนไปฉะนั้น" นี้ เป็นคำแปลพระพุทธภาษิต ในพระธรรมบทคาถาต้น กับอีกบทหนึ่ง ในลำดับต่อไปว่า **"ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจประเสริฐสุดสำเร็จแล้วด้วยใจ ถ้าบุคคลมีใจผ่องใสแล้ว จะพูดหรือทำ สุขย่อมติดตามผู้นั้นไปเพราะเหตุนั้น เหมือนอย่างเงาไม่ละตัวฉะนั้น"**

บุคคลผู้มีใจร้าย คือบุคคลผู้มากด้วยกิเลส บุคคลผู้มีใจผ่องใส คือบุคคลผู้ไกลกิเลส หรือมีกิเลสเบาบาง พระพุทธภาษิตข้างต้น มีความหมายง่าย ๆ ว่า บุคคลผู้มากด้วยกิเลส คือความโลภ ความโกรธ ความหลง จะคิด จะพูด จะทำอะไร ย่อมเป็นเหตุให้ตนเองเป็นทุกข์ ส่วนบุคคลผู้ไกลกิเลส หรือมีกิเลสเบาบาง คือ ไม่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง หรือมีเพียงเบาบาง จะคิด จะพูด จะทำอะไร ย่อมเป็นเหตุให้ตนเองเป็นสุข

ดังนี้ ย่อมแสดงว่า **ใจสำคัญที่สุด ความสุขความทุกข์ของทุกคน เกิดจากใจ ใจดีทำให้เกิดสุข ใจไม่ดีทำให้เกิดทุกข์** ความสุขความทุกข์ของทุกคน ไม่ได้เกิดจากภายนอก คือไม่ได้

เกิดจากบุคคลอื่น ไม่ได้เกิดจากเรื่องภายนอก คือไม่ได้เกิดจากเหตุการณ์ทั้งหลาย

อย่างไรก็ตาม สามัญชนมักจะเข้าใจว่า ความสุขความทุกข์ของตน เกิดจากภายนอก เกิดเพราะบุคคลอื่นบ้าง เกิดเพราะเหตุการณ์ทั้งหลายบ้าง โดยเฉพาะความทุกข์ สามัญชนมักจะหลงเข้าใจผิดว่า เกิดขึ้นแก่ตน เพราะผู้อื่นเป็นเหตุทั้งสิ้น ไม่ใช่เพราะใจตนเป็นเหตุสำคัญ

เมื่อไม่รู้เหตุที่แท้จริงของความทุกข์ จึงแก้ความทุกข์ไม่ได้ เพราะการแก้โรคทุกชนิด ต้องแก้ที่เหตุ คือ แก้ให้ถูกตรงเหตุ จึงจะแก้ได้ โรคจึงจะหาย เช่น ผู้ที่จับไข้ มีอาการหนาวสั่น คิดว่าเหตุของอาการหนาวสั่นนั้น เกิดจากแรงลม จึงเข้าห้องปิดประตูหน้าต่างหมด มิได้ใช้ยาแก้ไข้ อาการหนาวสั่น ก็จะหายไม่ได้ ต่อเมื่อใดรู้ว่า อาการหนาวสั่นนั้น เกิดจากความไข้ ใช้ยาแก้ไข้ แก้ให้ถูกกับโรค เรียกว่าแก้ให้ถูกที่เหตุ จึงจะหาย

แต่ไหนแต่ไรมา จนกระทั่งทุกวันนี้ ความทุกข์ของบุคคลผู้มีใจร้ายมีอยู่มากมาย และความสุขของบุคคลผู้มีใจผ่องใสก็มีอยู่

พิจารณาพระพุทธภาษิตข้างต้นที่ว่า ถ้าบุคคลมีใจร้ายแล้ว จะพูดหรือจะทำ ทุกข์ย่อมติดตามเขาไป เหมือนล้อตามรอยเท้าโคที่ลากเกวียนไป ถ้าบุคคลมีใจผ่องใสแล้ว จะพูดหรือจะทำ สุขย่อมติดตามเขาไป เหมือนอย่างเงาตามตัว ย่อมจะสามารถ

รู้จักตัวเองได้ตามความเป็นจริง คือรู้จักว่าตนเป็นผู้มีใจร้ายหรือมีใจผ่องใส ถ้าพูดไปแล้ว ทำไปแล้วหรือเพียงคิดแล้ว เกิดความทุกข์ ก็รู้จักตนเองได้ว่าเป็นผู้มีใจร้าย ถ้าพูดไปแล้ว ทำไปแล้ว หรือเพียงคิดแล้ว เกิดความสุข ก็รู้จักตนเองได้ว่าเป็นผู้มีใจผ่องใส

แม้ไม่ปรารถนาความทุกข์ แต่ปรารถนาความสุข ก็ต้องพยายามอบรมตนเอง ให้พ้นจากความเป็นผู้มีใจร้าย กลายมาเป็นผู้มีใจผ่องใส หรือใจดีนั่นเอง

ผู้ใดมีความโลภในทรัพย์สิ่งของของใครก็ตาม มีความโกรธแค้น ขุ่นเคืองอาฆาตพยาบาทในใครก็ตาม มีความหลงผิดในเรื่องหนึ่งเรื่องใดก็ตาม ผู้นั้นจักเป็นผู้ได้รับทุกข์ ด้วยตนเองอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ผู้อื่นที่ต้องสูญเสียทรัพย์สิ่งของ เพราะความโลภของผู้นั้นก็ตาม ต้องถูกโกรธแค้นอาฆาตพยาบาทปองร้าย เพราะผู้นั้นก็ตาม หรือต้องได้รับความหลงผิดของผู้นั้นก็ตาม ยังพอสามารถหลีกเลี่ยงความทุกข์ ที่ผู้นั้นพยายามก่อให้ได้บ้าง

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงแสดงว่า **จิตที่ฝึกแล้วนำความสุขมาให้ การฝึกจิตจึงเป็นการดี** ปรกตินั้น จิตเป็นสิ่งที่ข่มยากแต่ก็ข่มได้ เบา ไว อ่อนไหวไปตามอารมณ์ต่าง ๆ ง่าย แต่ด้วยการข่ม การฝึก ก็สามารถทำให้หนักแน่นมั่นคงสม่ำเสมอได้ และแม้มีปรกติตกไปตามใคร่ คือยินดีพอใจในสิ่งที่น่าใคร่

น่าปรารถนาพอใจ แต่ด้วยการข่มการฝึก ก็สามารถทำให้ละความยินดีพอใจนั้นได้ เมื่อจิตได้รับการข่มการฝึกแล้ว ให้ไม่อ่อนไหวเปลี่ยนแปลงไปตามอารมณ์ต่าง ๆ โดยง่าย และให้ละความยินดีพอใจในสิ่งที่น่าใคร่น่าปรารถนาพอใจได้ จิตก็จะเป็นจิตที่เป็นสุข และนี้แล ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า จิตที่ฝึกแล้วนำความสุขมาให้

ที่กล่าวว่า จิตไว หรือเบา หรืออ่อนไหว หมายถึงจิตเปลี่ยนแปลงง่าย เกิดดับเร็ว เดี๋ยวไปอยู่กับอารมณ์ทางตา เช่นรูป เดี๋ยวไปอยู่กับอารมณ์ทางหู เช่นเสียง เดี๋ยวไปอยู่กับอารมณ์ทางจมูกเช่นกลิ่น เป็นต้นว่า เดี๋ยวเห็นรูป ปรุงว่าสวยหรือไม่สวย ชอบใจหรือไม่ชอบใจ เดี๋ยวไปได้ยินเสียง ปรุงว่าไพเราะหรือไม่ไพเราะ ชอบใจหรือไม่ชอบใจ เดี๋ยวไปได้กลิ่น ปรุงว่าหอมหรือไม่หอม ชอบใจหรือไม่ชอบใจ จิตที่ไปอยู่กับอารมณ์ต่าง ๆ ดังกล่าวแล้วเป็นต้น เป็นไปอย่างรวดเร็ว ว่องไว จนปรกติสามัญชน ยากจะจับจะตามจิตของตนให้ทันได้ หรือเรียกว่าสามัญชนตามไม่ทันรู้อาการแห่งจิตของตน เพราะความเบา ไว ดังกล่าวแล้ว

อย่างไรก็ตาม ด้วยการฝึก โดยอาศัยสติตามรู้อาการของจิต ก็จะสามารถข่มจิตไว้ได้ ให้หนักแน่นมั่นคง ไม่เบา ไม่ไว ไม่รับอารมณ์ต่าง ๆ โดยง่าย

ที่กล่าวว่าจิตมีปรกติตกไปตามใคร่ หมายถึงจิตของ

สามัญชน มักจะหมกมุ่นอยู่ในกามคุณารมณ์ คืออารมณ์อันเป็นที่น่าใคร่น่าปรารถนาพอใจทั้งปวง จนยากที่จะถอนเสียได้ แต่อย่างไรก็ตาม **การฝึกจิต โดยอาศัยสติและปัญญาประกอบกันสม่ำเสมอ ก็จะสามารถทำให้จิตละอารมณ์อันเป็นที่น่าใคร่น่าปราถนาพอใจได้**

อันสติและปัญญาเป็นสิ่งสำคัญที่จำเป็นในการข่มจิตฝึกจิต

ปราศจากสติและปัญญาแล้ว การข่มจิตจะไม่เกิดผล จิตนั้นข่มยาก พระพุทธองค์ก็ทรงกล่าวไว้แล้ว จิตที่ข่มยาก จึงน่าจะเปรียบได้กับคนดื้อเกเร ซึ่งเคารพเหตุผล เพราะคนดื้อเกเรซึ่งเคารพเหตุผลนั้น เป็นคนที่อาจเอาชนะให้หายดื้อหายเกเรได้ ถ้าสามารถหาเหตุผล มาทำให้ยอมจำนน ให้ยอมเชื่อว่าความดื้อความเกเรทั้งหลาย ของเขานั้นไม่ดีอย่างไร จิตที่ข่มยากก็เช่นกัน แม้อบรมสติปัญญาให้เกิดขึ้นเพียงพอ จนสามารถรู้ผิดชอบชั่วดีอะไรควรอะไรไม่ควรได้แล้ว จิตก็จะละสิ่งที่ผิดที่ชั่วที่ไม่ควรได้ เรียกว่าสติและปัญญาสามารถข่มจิตไว้ได้ไม่ให้กวัดแกว่งดิ้นรนทะยานอยากไป ในสิ่งที่น่าใคร่น่าปรารถนาพอใจทั้งหลาย โดยไม่คำนึงถึงความดีไม่ดี ควรไม่ควรเสียเลย

จิตที่ข่มได้แล้ว หยุดกวัดแกว่งวุ่นวายแล้ว หยุดตกอยู่ใต้อำนาจความปรารถนาพอใจแล้ว เป็นจิตที่นำสุขมาให้จริง ๆ

ลองเปรียบเทียบดู ก็จะเข้าใจพอสมควร ผู้ที่ปรกติวุ่นวายไปนั่นมานี่อยู่ตลอดเวลาไม่หยุดหย่อน จะเป็นสุขได้อย่างไร

เพราะความยุ่งความเหน็ดเหนื่อย จิตที่เบา ไว ก็เช่นกัน ย่อมเหน็ดเหนื่อยยุ่งยาก หาความสุขไม่ได้ ส่วนจิตที่ไม่ตกอยู่ใต้อำนาจความยินดี พอใจรักใคร่ ในสิ่งที่น่าใคร่น่าปรารถนาพอใจ เหมือนผู้เป็นอิสระ มีเสรีภาพ ไม่ถูกจองจำด้วยเครื่องพันธนาการ คือความติดอยู่ในอารมณ์ที่น่าใคร่น่าปรารถนาพอใจ ย่อมเป็นสุข

ทำอย่างไรกับอารมณ์ค้าง

คำว่า "อารมณ์ค้าง" นี้ มักจะพูดเข้าใจกันในตัวอย่าง เช่น บางคนเมื่อไปถึงที่ทำงาน แสดงอาการฉุนเฉียวอย่างผิดปรกติ ในเรื่องที่ไม่น่าจะฉุนเฉียว มักจะถูกหาว่ามีอารมณ์ค้างมา โดยจะค้างมาจากไหนก็สุดแต่ใคร ๆ จะวิจารณ์กันไป เพราะถ้าใครแสดงอาการอารมณ์ค้างดังนี้ ถ้าเป็นเพื่อนกัน ก็อาจจะวิจารณ์เอาต่อหน้าทันที ถ้าไม่ใช่เพื่อนสนิทกัน หรือเป็นผู้น้อยกว่าไม่กล้าจะวิจารณ์ต่อหน้า ก็คงจะวิจารณ์กันลับหลัง แต่ทำไมจึงจะต้องแสดงอารมณ์ค้างให้คนอื่นพากันวิจารณ์ จะวิจารณ์เรื่องนี้กันเสียก่อนมิดีกว่าหรือ เพื่อที่จะได้ป้องกันแก้ไขทางจิตของตนเอง ไม่ให้ไปแสดงความพิการแห่งจิตดังกล่าวให้ใครเขาเห็น

ที่กล่าวในที่นี้ว่า ความพิการแห่งจิต อาจเป็นคำที่แรงไปในบางลักษณะของอารมณ์ค้าง ที่จะกล่าวถึงต่อไป แต่ไม่แรงตามตัวอย่างข้างต้น อันเป็นความหมายที่ใช้และเข้าใจกันทั่วไป เพราะเป็นอาการของจิตที่ผิดปรกติ จึงต้องเป็นความพิการของจิตแน่ ส่วนที่จะน้อยหรือมากนั้น เป็นอีกเรื่องหนึ่ง ในขั้นต้นนี้น่าจะวิจารณ์ถ้อยคำนี้ก่อน

คำว่า "อารมณ์ค้าง" ประกอบขึ้นด้วยคำสองคำ คือ อารมณ์ ได้แก่ เรื่องในใจ กับ ค้าง ได้แก่ ที่คั่งค้างกลุ้มกลัดอัดอั้นใจ

อยู่ จะระงับก็ไม่ได้ จะแสดงออกไปในที่หรือในบุคคลที่เป็นตัวเหตุก่ออารมณ์นั้นขึ้นก็ไม่ได้ ไม่สะดวก จึงมักจะไปแสดงออกผิดที่ผิดบุคคล แต่เมื่อให้ความหมายของอารมณ์ว่าเรื่องในใจ และอารมณ์ค้าง ก็คือเรื่องในใจที่คั่งค้างอยู่ ก็น่ามีความหมายที่ใช้ได้เป็นกลาง ๆ คือ มิใช่เรื่องยินร้ายหรือเรื่องที่ทำให้เศร้าหมองร้อนรนเท่านั้น เป็นเรื่องยินดีพอใจที่ทำให้เบิกบานก็ได้ ฉะนั้น จะได้กล่าวในทางที่เป็นกลาง ๆ ทั่วไปก่อน

อารมณ์ค้างที่แรง มักจะรู้ได้ทันทีที่รู้ตัวตื่นในตอนเช้า คือทำให้ใจเบิกบานผิดปรกติ หรือเศร้าหมองร้อนรนผิดปรกติ

แต่ถ้าไม่ตั้งใจดูให้รู้ว่าทำไมจึงเป็นเช่นนั้น จะไม่รู้ตั้งใจดูแล้วจะรู้ จะพบเหตุที่ทำให้เบิกบาน หรือเศร้าหมองผิดปรกติเช่นนั้น เช่นเบิกบานเพราะเมื่อวันวานมีผู้มาบอกว่าได้ยินคนนั้นคนนี้พูดถึงอย่างนิยมชมเชย เมื่อได้ฟังเล่า ใจก็พองบานแล้ววันวาน ทั้งวันเบิกบานใจเพราะความปลื้ม จนกระทั่งตกกลางคืนหลับไป ความคิดสงบ ความปลาบปลื้มเบิกบานก็สงบไปด้วย แต่พอตื่นก็กลับเกิดขึ้นมาใหม่ทันที จิตใจเบิกบานผิดปรกติ นี้คืออารมณ์ค้าง มาจากวันวาน ที่คุ้นเคยพอสมควรแล้ว เพราะได้รับอารมณ์มาแล้วหลายชั่วโมง ไม่ตื่นเต้นจนเกินไปแล้ว พอที่จะสามารถสงบใจพิจารณาได้แล้ว ว่าทำไมคำนิยมชมเชยจึงเกิดขึ้น และนึกถึงตัวเองว่า ได้ทำอะไรสมควรแก่คำสรรเสริญนั้นหรือไม่ ทำอะไรนึกให้ได้เพียงอย่างสองอย่างที่

สมควรจะได้รับคำสรรเสริญนั้นก็พอแล้ว แต่ถ้านึกให้ได้ทั้งหมดก็ดี แล้วก็ให้ทำความเข้าใจกับตนเองว่า เพราะเราทำเหตุดี ผลที่เกิดจากเหตุจึงดีด้วย

ปรกตินั้น ผู้ไม่ได้ทำความดี แม้จะได้รับคำสรรเสริญ ใจของเขาก็จักไม่เบิกบานปลาบปลื้ม เหมือนใจของผู้ที่ทำความดีอันควรแก่คำสรรเสริญ ผู้ไม่ได้ทำความดี ได้รับคำสรรเสริญอาจจะดีใจชอบใจ แต่ไม่เบิกบานเป็นสุข ไม่เหมือนกับผู้ทำความดี ความเบิกบานนี้เมื่อเกิดขึ้นแล้ว พิจารณาให้ดี ให้จับใจในเหตุจะเป็นกำลังใจให้ทำดีต่อไปยิ่ง ๆ ขึ้น เพราะจักมั่นใจว่า ผลของการทำดีมีจริง เป็นผลดีที่ให้ความเบิกบานใจจริง แม้จะไม่มีผู้สรรเสริญ หากได้ทำความดีไว้แล้ว นึกทบทวนดูแล้ว ผู้ทำความดี ก็อาจจะเบิกบานได้ด้วยความรู้ของตัวเอง

ตรงกันข้ามกับเหตุที่ทำให้เบิกบาน คือเหตุที่ทำให้เศร้าหมอง เช่น เศร้าหมองเพราะเมื่อวันวาน มีผู้บอกว่าคนนั้นคนนี้นินทา ว่าร้ายอย่างนั้นอย่างนี้ เมื่อได้ฟังเล่าก็ใจร้อนผ่าวแล้ววันวานทั้งวันก็เร่าร้อนหงุดหงิด เพราะความไม่ชอบใจ จนกระทั่งตกกลางคืนหลับไป ความคิดสงบ ความร้อนของใจก็สงบไปด้วย แต่พอตื่นก็กลับเกิดขึ้นใหม่ทันที จิตใจเร่าร้อนผิดปรกติ นี้คืออารมณ์ค้างมาจากวันวาน ที่ควรต้องพิจารณาว่าทำไมคำนินทาว่าร้ายเช่นนั้นจึงเกิดขึ้น นึกถึงตัวเองว่าได้ทำอะไรที่ทำให้เกิด คำนินทาว่าร้ายนั้น ๆ นึกอย่างไม่หลอกตัวเอง

อย่างเปิดเผยจริงใจต่อตัวเอง ก็น่าจะได้พบเหตุมากบ้างน้อยบ้างหนักบ้างเบาบ้าง ให้ยอมทำความเข้าใจกับตนเองว่า เพราะเหตุนั้นจึงทำให้เกิดการนินทาว่าร้าย ที่อาจจะแรงไปกว่าความจริงผิดพลาดไปบ้างจากความจริง แต่ก็มิใช่ว่าไม่มีมูลเสียเลย มูลเหตุมี และเกิดจากตัวเรา อย่าพิจารณาออกไปนอกตัวเรา พิจารณาเข้ามาในตัวเราเท่านั้นว่า ได้ทำเหตุไว้อย่างไร จึงทำให้เกิดการนินทาว่าร้าย ทำให้เป็นทุกข์ ทำให้ไม่ชอบใจ ถ้าไม่คิดออกไปตำหนิ ผู้กล่าวคำนินทาว่าร้าย พยายามตัดผู้นั้นออกเสียจากความคิดพิจารณาแต่เราว่า ทำเหตุควรแก่ผลเช่นนั้นจริง ยอมรับว่าผล ไม่ได้เกิดโดยไม่มีเหตุ ผลเกิดจากเหตุ เหตุดีผลก็ดี เหตุไม่ดีผลก็ไม่ดี การประมาทแม้เพียงเล็กน้อยแล้วทำเหตุไม่ดีก็จักต้องได้รับผลไม่ดี

สุขทุกข์ ผลดีผลไม่ดี เกิดจากตัวเองทั้งสิ้น

ทำดีก็มีผลดี มีความสุข ทำไม่ดีก็มีผลไม่ดี มีความทุกข์ ต้องการผลอย่างไหน ตัวเองเลือกได้ ทำได้ ผลกับเหตุจักต้องตรงกันเสมอ ไม่มีที่ไม่ตรงกัน ผลดีต้องเกิดจากเหตุดีผลดีจักไม่เกิดจากเหตุไม่ดี ผลไม่ดีต้องเกิดจากเหตุไม่ดี ผลไม่ดีจักไม่เกิดจากเหตุดี

นี่แน่นอนตายตัว

ได้กล่าวถึงอารมณ์ค้างที่แข็งแรง ซึ่งมักจะรู้ได้ทันที ที่รู้ตัวตื่นในตอนเช้า คือทำให้ใจเศร้าหมองร้อนรนผิดปรกติหรือ

เบิกบานผิดปรกติ แต่ถ้าไม่ตั้งใจดูให้รู้ว่า ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น จะไม่รู้ ตั้งใจดูแล้วจะรู้ จะพบเหตุที่ทำให้เศร้าหมองหรือเบิกบานผิดปรกติเช่นนั้น ควรสงบใจพิจารณาให้เห็นว่า ผลดีที่ให้ความสุข ความเบิกบาน ย่อมเกิดจากเหตุดีเท่านั้น จักไม่เกิดจากเหตุไม่ดีเป็นอันขาด ผลไม่ดีที่ให้ความทุกข์ ความเศร้าหมอง ย่อมเกิดจากเหตุไม่ดีเท่านั้น จักไม่เกิดจากเหตุดีเป็นอันขาด ถ้าพิจารณาไปเห็นว่า ผลดีเกิดจากเหตุไม่ดี หรือผลไม่ดีเกิดจากเหตุดี ทำดีไม่ได้ดี หรือทำไม่ดีได้ดี ให้พยายามมีสติ รู้ว่าตนกำลังเข้าใจผิดอย่างยิ่ง แล้วพิจารณาใหม่ จนได้ความเข้าใจถูก แม้เพียงสมควร ว่าทำดีต้องได้ดี ทำชั่วต้องได้ชั่ว ใครต้องการผลอย่างไหน ดีชั่ว สุขทุกข์ ตัวเองเลือกได้ ทำได้

ทุกเช้าก่อนจะเริ่มภารกิจประจำวัน ควรจะย้ำเตือนตัวเองให้หนักแน่นว่าต้องการผลอย่างไหน ต้องการผลดีเป็นความสุขก็ต้องทำความดี ต้องมีสติมั่นที่สุดเท่าที่จะมั่นได้เพื่อทำความดีให้ได้ตลอดวันนั้น เพื่อจะได้รับผลดีเป็นความสุขดังปรารถนา

อารมณ์ค้างที่แรงอีกอย่างหนึ่งให้ผลเป็นความไม่สงบสุขของจิตใจ ซึ่งเมื่อตั้งใจดูแล้วจะรู้จะพบเหตุว่าเนื่องมาจากความโลภ เช่น เมื่อวันก่อนมีผู้นำล็อตเตอรี่มาเสนอขายให้ถึงที่ แต่ดู ๆ เลขแล้วไม่ชอบใจ ไม่คิดว่าจะออกเลขนั้น จึงไม่ยอมซื้อ ครั้นมาเมื่อวานล็อตเตอรี่ออกเลขท้ายที่จำได้ว่า ตรงกับใบที่ไม่ยอมซื้อไว้เมื่อวันก่อน ความเสียดายเงินรางวัลมีมาก จนทำให้

หงุดหงิดไม่เป็นสุข ที่จริงความรู้สึกนี้ก็เช่นเดียวกับอารมณ์ค้างทั้งหลาย เวลาผ่านไปนานหน่อยก็จะกลับเป็นปรกติ แต่ไม่ควรจะปล่อยให้เป็นไปเองเช่นนั้น ควรจะถือเอาประโยชน์จากอารมณ์ค้างของตนให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะสามารถทำได้

"อันจิตที่ได้รับการบริหาร หรืออบรมให้เป็นจิตที่ดีแล้วนั้นนับว่าเป็นจิตที่มีค่าอย่างยิ่ง ค่าของจิตเช่นนี้ สูงกว่าค่าของอะไรอื่น จึงควรสนใจบริหาร ให้จริงจังสม่ำเสมอด้วยกันทุกคน ทุกโอกาสที่ทำได้"

เช่นเมื่อเกิดอารมณ์ค้างดังกล่าวแล้ว อันเนื่องมาจากไม่ถูกล็อตเตอรี่ใบที่ไม่ยอมซื้อ ก็ควรพิจารณาลงไปให้เห็นว่าอารมณ์ค้างนั้น ที่แท้เกิดจากความโลภของตนเอง ความอยากได้เงินรางวัลล็อตเตอรี่ทำให้เกิดอารมณ์ค้าง เป็นความหงุดหงิดไม่เป็นสุข ถ้าไม่โลภอยากได้เงินรางวัลนั้นแล้ว อารมณ์ค้างเช่นนั้นก็จะไม่เกิดขึ้น ความโลภในใจตัวเอง จึงเป็นเหตุที่แท้จริงของอารมณ์ค้างดังกล่าว เป็นเหตุของความหงุดหงิด ไม่เป็นสุขที่ไม่เป็นที่ปรารถนาของใคร

ทุกคนต้องการความสุข ไม่ต้องการความทุกข์ เมื่อความโลภทำให้เป็นทุกข์ ก็ให้พยายามกำหนดรู้ไว้ว่า ความโลภไม่ดี เป็นเหตุไม่ดีที่จะทำให้เกิดผลไม่ดี คือความทุกข์ ไม่ต้องการทุกข์ ก็ต้องพยายามไม่โลภ

ที่จริง แม้อารมณ์ค้างบางเรื่องจะไม่แรง จนไม่อาจทำให้รู้

ได้ทันทีเมื่อรู้ตัวตื่นในตอนเช้า แต่หากใช้ความตั้งใจจริงพิจารณาใจตนเองทุกวัน ทุกคนก็น่าจะได้พบว่า มีความทุกข์อันเกิดจากความโลภในใจตัวเองอยู่ทุกวัน โลภอยากได้ลาภ โลภอยากได้ยศ โลภอยากได้สรรเสริญ โลภอยากได้สุข ซึ่งล้วนแต่ทำให้ใจไม่สงบ วุ่นวาย เดือดร้อนมากบ้างน้อยบ้างทั้งนั้น ผู้มีเงินมากมายแล้วก็ยังทุกข์ ด้วยความต้องการเงินยิ่งขึ้นอีกได้เพราะโลภ ผู้มียศใหญ่โตแล้วก็ยังทุกข์ ด้วยความต้องการยศใหญ่ยิ่งขึ้นอีกได้เพราะโลภ ผู้มีคนเอาอกเอาใจยกย่องสรรเสริญมากมายแล้ว ก็ยังทุกข์ด้วยความต้องการให้ยิ่งขึ้นอีกได้เพราะโลภ ผู้มีความสุขล้นเหลือแล้วก็ยังทุกข์ด้วยความต้องการสุขให้ยิ่งขึ้นอีกได้เพราะโลภ ความโลภมีอยู่ในใจผู้ใดจึงเป็นเหตุแห่งความทุกข์ของผู้นั้น มีโลภมาก ก็มีทุกข์มาก มีโลภน้อย ก็มีทุกข์น้อย ผลเป็นไปตามเหตุทุกประการ เหตุแรงผลก็แรง เช่นเดียวกับเหตุดี ผลก็ดี เหตุชั่วผลก็ชั่ว และผู้ทำเหตุเท่านั้น จะเป็นผู้ได้เสวยผล ผู้ไม่ได้ทำเหตุ จะเสวยผลไม่มีเลย เมื่อต้องการเสวยผลด้วยตนเอง จึงต้องทำเหตุด้วยตนเอง เมื่อต้องการเสวยผลดี จึงต้องทำเหตุดี ควรตั้งสติเตือนตนเองไว้เช่นนี้เสมอ

เมื่อไม่ต้องการเสวยทุกข์เพราะความโลภ ก็ต้องละเหตุแห่งทุกข์ คือความโลภเสีย ละได้น้อย ก็จะเสวยทุกข์มาก ละได้มากก็จะเสวยทุกข์น้อย นี้เป็นความจริง ที่ผู้ฝึกฝนตนเอง

จะได้ประจักษ์ด้วยตนเองเป็นระยะ ๆ ไป ถ้ามีความพยายามไม่ย่อหย่อน เพราะความพยายามสม่ำเสมอจักนำให้บรรลุผลสำเร็จถึงจุดหมายปลายทางได้ทุกกรณี ในอิทธิบาททางไปสู่ความสำเร็จ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงทรงบัญญัติให้มีวิริยะความเพียรรวมอยู่ด้วย ผู้ประสงค์ความสำเร็จ ในการฝึกฝนตนเอง เพื่อทำจิตให้มีค่าอย่างยิ่ง จึงต้องมีความเพียรไม่ว่างเว้น

จิตนั้นดี ก็ดีเป็นที่สุด ชั่วก็ชั่ว เป็นที่สุด ไม่มีสิ่งใดเปรียบเสมอ ทั้งที่ดี และที่ชั่ว

จึงควรเห็นความสำคัญของจิต และมีมานะพยายามอบรมจิตของตน ให้เป็นจิตที่ดีที่สุด ด้วยกันทุกคน ผลที่ได้รับจะไม่เป็นอื่น นอกจากความสุขอย่างที่สุดของตนเอง

ในการพิจารณาอารมณ์ค้างในจิต อย่างไม่หลอกตัวเองอย่างเปิดเผยจริงใจต่อตัวเอง อาจจะพบเหตุที่เนื่องมาจากความโลภอีกเหตุหนึ่ง เช่น เช้าวันนี้ ตื่นขึ้น ด้วยอารมณ์หงุดหงิดขุ่นมัวผิดปรกติ พยายามทำสติดูใจตนเองว่า ทำไมจึงเป็นเช่นนั้นก็ได้พบเหตุว่า เนื่องมาจากเมื่อวันวานมารดามีเพื่อนผู้ใหญ่คนหนึ่งมาชักชวนให้ร่วมทำบุญ และท่านก็ได้ชื่นชมยินดีบริจาคให้ไปเป็นจำนวนมาก จำนวนที่ท่านบริจาคนั้น หากสะสมไว้ให้ลูกหลาน ก็จะดีกว่าทำบุญเสีย ให้คนอื่นไปเสีย น่าเสียดายถึงจะยังมีอีก แต่ทำให้จำนวนลดน้อยลง โดยไม่จำเป็น ต่อว่าท่านอธิบายให้ท่านฟัง ท่านก็ไม่สนใจ ซ้ำยังเอะอะว่าดีไม่ดีท่าน

อาจจะทำพินัยกรรม ยกทรัพย์สมบัติ ให้บำรุงการศึกษาหรือการกุศลสงเคราะห์ต่าง ๆ เสียอีกก็ได้ ลูกเต้าจะให้ก็เพียงพอมีพอใช้ มีสติปัญญากันแล้วหากันเองต่อไปก็แล้วกัน เพียงได้ยินว่าท่านมีความคิดจะแบ่งสมบัติส่วนใหญ่ให้การกุศลอีก ความหวงแหนเสียดาย ก็ปรากฏขึ้นในใจอย่างรุนแรง ทำให้หงุดหงิดขุ่นมัวอย่างบอกไม่ถูก ท่านทำบุญไปไม่รู้เท่าไหร่แล้ว ทำให้เงินที่จะตกเป็นของลูกลดจำนวนลงไป อย่างน่าเสียดายที่สุด ถึงจะยังมีอีกมาก แต่ถ้าไม่ทำบุญมาก ๆ จำนวนที่มีก็จะเพิ่มขึ้น ไม่ลดน้อยลง แล้วถ้าหากท่านเกิดแบ่งครึ่งทำบุญไปจริง ๆ จะยิ่งน่าเสียดายใหญ่

นี้คือความโลภอันเป็นเหตุแห่งความทุกข์ เพราะความโลภเป็นเหตุไม่ดี ผลที่เกิดจากความโลภจึงเป็นผลไม่ดีด้วย ถ้าไม่มีความโลภอยากได้เงินที่ท่านสละทำบุญไป ใจก็จะไม่เป็นทุกข์ในเรื่องนี้ ดูแต่ท่านผู้เป็นเจ้าของเงินแท้ ๆ ท่านยังไม่เป็นทุกข์ ท่านยินดีมีสุข พร้อมจะสละได้อีกเป็นจำนวนยิ่งขึ้น เพราะอะไร เพราะท่านไม่มีความโลภอยู่ในใจ ความโลภจึงไม่เป็นเหตุแห่งความทุกข์ของท่าน

ดูความแช่มชื่นเป็นสุขของท่าน ผู้มีความไม่โลภอันเป็นเหตุดี แล้วดูความหงุดหงิดเศร้าหมองขุ่นมัวของตนเอง ผู้มีความโลภอันเป็นเหตุไม่ดี ดูให้เข้าใจถูกต้องถ่องแท้ สมกับที่เป็นผู้นับถือพระพุทธศาสนา ว่าความแช่มชื่นเป็นสุขเกิดจากไม่

โลภ ความหงุดหงิดเป็นทุกข์เกิดจากโลภ หากคิดออกไปนอกลู่นอกทางว่าความแช่มชื่นเป็นสุขของท่าน เกิดจากความหลงผิดว่าการกระทำของท่านนั้นถูกต้องสมควร ก็ให้พยายามมีสติรู้ว่าตนกำลังเข้าใจผิดอย่างยิ่ง แล้วพิจารณาใหม่ จนได้ความเข้าใจถูก แม้เพียงสมควรว่า ความโลภเป็นเหตุไม่ดี มีโทษจริง ความไม่โลภเป็นเหตุดี มีคุณจริง แล้วพยายามย้ำถามตนเองไว้ให้เสมอว่า ต้องการให้โทษเกิดแก่ตน หรือต้องการให้คุณเกิดแก่ตน ถ้าต้องการให้คุณเกิดแก่ตน เป็นความแช่มชื่นเป็นสุขไม่หงุดหงิดเป็นทุกข์ ก็ต้องเพียรทำความโลภให้ลดน้อยลง

อุบายวิธีที่จะทำให้ความโลภ ลดน้อยลงอย่างได้ผลก็คือการหัดเป็นผู้ให้ แม้จะเป็นเพียงเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็ดีกว่าไม่รู้จักให้เสียเลย

อย่างไรก็ตาม เมื่อจะให้จะต้องมีสติบอกตัวเองให้ชัดแจ้งว่าที่ให้นี้ เพื่อทำความโลภอันเป็นเหตุไม่ดี ให้ลดน้อยลง มิได้ให้เพื่อหวังผลตอบแทน เป็นลาภยศสรรเสริญสุข อันเป็นการจะทำเหตุไม่ดียิ่งขึ้น หาได้เป็นการทำให้ลดน้อยลงไม่

สำหรับผู้ดำเนินอุบายวิธี ลดความโลภในใจตน ด้วยการหัดเป็นผู้ให้นี้ นอกจากเมื่อจะให้ ต้องมีสติบอกตัวเองให้ชัดแจ้งว่า ให้เพื่อทำความโลภให้ลดน้อยลงแล้ว เมื่อให้แล้วให้มีสติพิจารณาใจตนเองว่า เหตุคือการให้ ก่อให้เกิดผล คือความรู้สึกหรืออารมณ์ในใจตนอย่างไร และต้องพิจารณา

ดังกล่าวแล้วข้างต้น คือพิจารณาอย่างไม่หลอกตัวเอง อย่างเปิดเผยจริงใจต่อตัวเอง แม้พิจารณาเห็นอารมณ์หงุดหงิดขุ่นมัวเกิดจากการให้ ก็ให้รู้ว่ายังกระทำเหตุไม่สมกับผลที่มุ่งหมาย ยังมิได้ให้ด้วยตั้งใจจริงให้เป็นการลดความโลภ ให้เพิ่มความตั้งใจจริงให้ยิ่งขึ้นในการให้ครั้งต่อไป และต่อไป แล้วพิจารณาอารมณ์ตนเองอย่าได้ขาด

ตราบใด ยังเห็นอารมณ์หงุดหงิดขุ่นมัว เกิดจากการให้ ตราบนั้น การให้ยังมีความตั้งใจจริงที่จะลดความโลภไม่เพียงพอ ต้องเพิ่มความตั้งใจจริงให้ยิ่งขึ้น ให้หนักแน่นมั่นคงขึ้น ในการให้ครั้งต่อไป และต่อไป เมื่อใด พิจารณาอารมณ์ตนเองเห็นว่าปราศจากความหงุดหงิดขุ่นมัวจากการให้แล้ว เมื่อนั้น ให้รู้ว่าอุบายวิธี ลดความโลภในใจตน กำลังได้ผลแล้ว ควรยินดีแล้ว

เพราะความโลภเป็นเหตุไม่ดี ผู้ใดมีความโลภอยู่ในใจ ความโลภย่อมเป็นเหตุแห่งความทุกข์ของผู้นั้น นี้เป็นความจริง

ความจริงดังกล่าวนี้ ควรมีสติทำใจให้รู้อย่างซาบซึ้งและอย่างสม่ำเสมอ จักเป็นคุณยิ่งนัก ค่าของจิตที่ได้รับการบริหารหรืออบรมอย่างเต็มที่แล้ว ย่อมสูงกว่าค่าของอะไรทั้งสิ้น ไม่มีค่าของอะไรเปรียบได้ทั้งสิ้น ในทางตรงกันข้าม จิตที่ไม่ได้รับการบริหารหรืออบรมเลย ย่อมไม่มีค่าเลย ความไม่มีค่าของอะไร ก็เปรียบกับความไม่มีค่า ของจิตที่ไม่ได้รับการอบรมไม่ได้ทั้งสิ้น กล่าวสั้น ๆ ว่า จิตนั้นดี ก็ดี เป็นที่สุด ชั่วก็ชั่วเป็นที่สุด ดีก็ให้

คุณแก่เจ้าของเป็นที่สุด ชั่วก็ให้โทษแก่เจ้าของเป็นที่สุด ไม่มีผู้ใดจะได้รับคุณหรือโทษของจิตเท่ากับเจ้าของจิตเองเลย

ความโลภเป็นเหตุแห่งความทุกข์ดังนี้ เมื่อตั้งใจพิจารณาอย่างมีสติ จนเห็นแน่ชัดแม้พอสมควรแล้ว ว่าใจกำลังมีความทุกข์มาก เพราะความโลภมาก หรือมีความทุกข์น้อย เพราะความโลภน้อย ให้มีสติเพ่งโทษของความโลภให้ชัดที่สุด เท่าที่จะทำได้ มันเป็นโทษของความโลภจริง ๆ หากพิจารณาแล้วจะกลับเห็นไปว่าไม่ได้โลภ เป็นสิ่งที่ควรได้ต่างหาก เพราะไม่ได้สิ่งที่ควรได้ต่างหาก จึงเป็นทุกข์ ก็ให้พยายามมีสติรู้ว่า ตนกำลังเข้าใจผิดอย่างยิ่ง แล้วพิจารณาใหม่ จนได้ความเข้าใจถูกแม้เพียงสมควร ว่าความทุกข์ครั้งนี้ เกิดจากความโลภ มิได้เกิดจากอะไรอื่น

ที่จริง สิ่งที่ควรได้ของทุกคนมีอยู่ แต่แม้เป็นสิ่งที่ควรได้เพียงใดก็ตาม หากไม่มีความโลภอยากได้ ก็จะไม่เป็นทุกข์เมื่อจะเกิดไม่ได้ในสิ่งที่ควรได้ ตรงกันข้ามกับผู้มีความโลภแม้ไม่ได้สิ่งที่ไม่ควรได้ก็ยังเป็นทุกข์ อย่าว่าแต่จะไม่ได้สิ่งที่ควรได้เลย

และการเป็นผู้ให้ โดยไม่หวังผลตอบแทนเป็นลาภยศสรรเสริญ คือทางดำเนินที่ถูกต้องไปสู่ความละความโลภในขั้นต้นสำหรับทุกคน จึงควรที่ทุกคนผู้ปรารถนาความสงบเย็นจากความไม่โลภจะหัดเป็นผู้ให้เสียแต่บัดนี้เป็นต้นไป เริ่มทำเหตุดี

เมื่อใด จักได้รับผลดีเมื่อนั้นแน่นอน

ถ้าไม่รู้จักพอ ก็ไม่รู้จักสุข

เหตุไม่ดี ทำให้เกิดอารมณ์ค้างที่เศร้าหมองร้อนรนได้ฉันใด เหตุดีก็จักทำให้เกิดอารมณ์ค้าง ที่เบิกบานแจ่มใสได้ฉันนั้น คราวนี้ จะพูดถึงอารมณ์ค้าง ที่เกิดจากเหตุดี ที่ทำให้เบิกบานแจ่มใส มีความไม่โลภเป็นต้น

ดังได้กล่าวแล้ว อารมณ์ค้างที่แรง มักจะรู้ได้ทันทีที่รู้ตัวตื่นในตอนเช้า ไม่เพียงแต่อารมณ์ค้างที่ทำให้เศร้าหมองร้อนรนเท่านั้นที่จะรู้ได้ อารมณ์ค้างที่ทำให้เบิกบานแจ่มใสก็รู้ได้เช่นกัน แต่ถ้าไม่ตั้งใจดูให้รู้ว่า ทำไมจึงเป็นเช่นนั้นจะไม่รู้ ต้องตั้งใจดูจึงจะรู้

เช่นวันนี้ ตื่นขึ้นด้วยอารมณ์เบิกบานแจ่มใสผิดปรกติ พยายามทำสติดูใจตนเองว่า ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น ก็ได้พบเหตุว่าเนื่องมาจากเมื่อวันวาน ขึ้นรถยนต์เช่าจะไปธุระ เมื่อขึ้นไปนั่งได้เห็นถุงกระดาษใบหนึ่ง วางอยู่บนที่นั่งด้านหลัง สำหรับผู้โดยสาร เมื่อลองเปิดออกดู ก็ได้เห็นธนบัตรจำนวนหนึ่งในนั้น เป็นจำนวนไม่น้อย มองดูผู้ขับรถ ก็รู้ว่าเขาไม่รู้เรื่องรู้ราวด้วย สันนิษฐานได้ว่า ต้องเป็นผู้โดยสารก่อนหน้านั้นหลงลืมไว้ ความโลภ ทำให้คิดว่าได้ลาภไม่รู้ตัว เกิดความยินดี ที่จะเก็บไปเป็นของตนเสียเงียบ ๆ ความผิดก็จะไม่มี และจะไม่มีใครรู้

สติ ทำให้คิดว่าการทำเช่นนั้นไม่สมควร แม้จะมิได้

เป็นการลักขโมยก็จริง แต่ก็เป็นการถือเอาของของผู้อื่นโดยที่เจ้าของมิได้ยกให้ และเจ้าของก็น่าจะได้รับความทุกข์ เพราะการหลงลืมครั้งนี้เป็นอันมาก สติ ความยับยั้ง ทำให้ความโลภที่เกิดขึ้นก่อนระงับดับไป เมื่อความโลภในเงินจำนวนนั้นดับ เงินจำนวนนั้น ก็ไม่เป็นสิ่งที่ใจปรารถนาต้องการ ความรู้เหตุผลผิดชอบชั่วดี และความควรไม่ควรอย่างไร เกิดตามมาทันที จึงได้นำถุงเงินนั้น ไปมอบที่สถานีตำรวจ เจ้าหน้าที่เทเงินออกจากถุงต่อหน้า เพื่อนับเงินมีจำนวนพันเศษ และในนั้นมีกระดาษพิมพ์จำนวนเงินไว้ด้วย มีรายชื่อละเอียดชัดเจน จึงเป็นที่ปรากฏว่าเงินทั้งหมด เป็นเงินที่ผู้มีใจเป็นกุศลพวกหนึ่งรวมกันบริจาคคนละมากบ้างน้อยบ้าง เพื่อนำไปมอบให้สถานการกุศลแห่งหนึ่ง และผู้รับมอบหน้าที่ ให้นำเงินไปบริจาค ได้หลงลืมเสียในรถเช่า

ในตอนนี้ เกิดความรู้สึกขึ้นในใจของตนเองว่า ความโลภเกือบจะทำให้ทำกรรมไม่ดีที่แรงไม่น้อย คือถือเอาของของผู้อื่นที่เจ้าของมิได้ให้ ทั้งยังเป็นของที่เจ้าของมุ่งอุทิศเป็นการกุศลแล้ว ถ้าสติเกิดไม่ทัน ความโลภไม่ดับลงเสียก่อน ความรู้ผิดชอบชั่วดี การควรไม่ควรไม่เกิด ยินดีถือเอาเงินนั้นไปเป็นของตน ใช้จ่ายเพื่อประโยชน์ตน ผลได้ก็จะหาเท่ากับผลเสียไม่ การทำเช่นนั้นเป็นการทำเหตุไม่ดีแน่นอน ผลจักต้องเป็นผลไม่ดีแน่นอน ตรงกันข้ามกับผลที่ได้รับ เมื่อนำเงินไปมอบให้เจ้าหน้าที่ หาเจ้าของ

เพราะเป็นผลที่ให้ความเบิกบานสบายใจจริง ๆ เริ่มแต่เมื่อสติเกิด ยับยั้งความโลภไว้ได้ ทำให้ความโลภดับไป ใจก็เริ่มได้รับความเย็นแล้วทันที แม้เมื่อมาย้อนพิจารณาในภายหลัง ก็จักเห็นได้ว่าเป็นเช่นนั้นจริง ใจเริ่มมีความสงบเย็นเกิดขึ้นจริง เมื่อสติเกิด ความโลภดับ ไม่มีความต้องการจะถือเอาเงินนั้น เป็นของตน ครั้นตัดสินใจจะนำเงินไปมอบให้เจ้าหน้าที่ จนถึงนำไปมอบเรียบร้อย ใจมีความเบิกบานสบายเพิ่มขึ้นทุกที ยิ่งเมื่อได้รู้ชัดว่าเป็นเงินที่เจ้าของทั้งหลายอุทิศเพื่อการกุศล ใจก็ยิ่งเบิกบานสบายขึ้นอย่างยากจะบอกได้ถูกต้อง

ผู้ใดก็ตาม จะเป็นผู้ฝักใฝ่ในการบุญการกุศลหรือไม่ก็ตาม ถ้าเรื่องที่ยกมา เป็นตัวอย่างข้างต้นได้เกิดกับตนเอง ใจของผู้นั้นจะต้องเบิกบานสบาย อย่างยากจะบอกได้ถูกต้องเช่นเดียวกัน และความเบิกบานสบายอย่างเหลือเกินนั้น จะฝังอยู่ในใจเป็นอารมณ์ค้างได้นานวัน นี้คือผลของการดับความโลภลงได้ แม้ในบางครั้งบางคราว เป็นผลที่ดีอย่างแท้จริง อย่างเห็นได้ถนัดชัดเจนประจักษ์แก่ใจตนเอง

ที่จริง ความเบิกบานสบายใจตนเอง ในตัวอย่างข้างต้นนี้ เป็นผลดีเพียงผิวเผิน ของเหตุดีคือการละความโลภได้แม้เป็นบางครั้งบางเวลา ผลดีอย่างลึกซึ้งยังมีอยู่ และได้เกิดขึ้นฝังลงในจิตใจทันที ที่ความโลภระงับดับลง ความไม่โลภเกิดขึ้น และแม้ผลดีเพียงผิวเผิน คือความเบิกบานสบายใจ จะเลือนหาย

หมดสิ้นไปในวันหนึ่ง แต่ผลดีอย่างลึกซึ้ง ที่เกิดขึ้นและฝังในจิตใจแล้ว จะไม่มีเวลาลบเลือนหรือลดน้อยลงเลย จะฝังแน่นเป็นพื้นฐานที่ดีงามของจิตใจ อยู่เช่นนั้นตลอดไป ทุกภพทุกชาติ ละความโลภได้ครั้งหนึ่ง เกิดความยินดีเบิกบานขึ้นครั้งหนึ่ง ผลดีอย่างลึกซึ้ง ก็จะเกิดขึ้นและฝังลงเป็นพื้นฐานที่ดีงามของจิตใจครั้งหนึ่งด้วยทันทีเช่นกัน ละความโลภได้มากครั้ง เกิดความยินดีเบิกบานขึ้นมากครั้งเพียงใด ผลดีอย่างลึกซึ้ง ก็จะเกิดขึ้น และฝังลงเป็นพื้นฐานที่ดีงามของจิตใจมากครั้งเพียงนั้น ในทางตรงกันข้ามความโลภเกิดขึ้นครั้งหนึ่ง ความเศร้าหมองร้อนรนเกิดขึ้นครั้งหนึ่ง ผลร้ายอย่างลึกซึ้งก็จะเกิดขึ้นและฝังลงเป็นพื้นฐานที่ไม่ดีของจิตใจครั้งหนึ่งด้วยเช่นกัน ความโลภเกิดขึ้นมากครั้ง ความเศร้าหมองร้อนรนเกิดขึ้นมากครั้งเพียงไร ผลร้ายอย่างลึกซึ้งก็จะเกิดขึ้นและฝังลงเป็นพื้นฐานที่ไม่ดีของจิตใจมากครั้งเพียงนั้น

การละความโลภและการเกิดความโลภ ทั้งสองอย่างนี้เป็นการทำเหตุ ซึ่งต้องมีผลแน่นอน การละความโลภ เป็นการทำเหตุดี ซึ่งจะต้องมีผลดีแน่นอน การเกิดความโลภ เป็นการทำเหตุไม่ดี ซึ่งจะต้องมีผลไม่ดีแน่นอน ควรมีสติพิจารณาว่าต้องการให้ใจมีพื้นฐานที่ดีงามหรือไม่ หากต้องการ ก็ให้พยายามตั้งใจมั่นว่า แม้ความโลภปรากฏขึ้นเมื่อใด จะมีสติละเสียเมื่อนั้น ด้วยคำนึงถึงเหตุผล นำเหตุผลขึ้นมาลบล้าง จน

เกิดผลสำเร็จ และเหตุผลที่จริงแท้มีอยู่ ให้นำขึ้นลบล้างความโลภได้ทุกเวลา ก็คือ ความโลภเป็นเหตุไม่ดี ความไม่โลภเป็นเหตุดี ต้องการผลดี ต้องเพียรละความโลภให้ลดน้อยลง มิใช่เสริมให้ยิ่งขึ้น

ใจที่มีความโลภน้อย กับใจที่มีความโลภมาก ย่อมมีความสุขผิดกัน ใจที่มีความโลภน้อย เป็นใจที่มีความสุขมาก ส่วนใจที่มีความโลกมาก เป็นใจที่มีความสุขน้อย ไม่ควรเข้าใจผิดไปจากนี้ ควรจะทำความเห็นในเรื่องนี้ให้ถูกต้อง ความเห็นถูก เป็นความสำคัญยิ่ง จะนำให้เกิดการปฏิบัติถูก ได้เกิดผลดังความปรารถนาต้องการได้

ที่จริง ความโลภหรือไม่โลภนั้น เป็นเรื่องของจิตใจโดยแท้ ไม่เกี่ยวกับโอกาส ไม่เกี่ยวกับกฎหมาย ไม่เกี่ยวกับผู้รู้เห็นที่จะตำหนิติโทษ

เมื่อความโลภ ไม่เกิดขึ้นในจิตใจเสียอย่างเดียว แม้โอกาสจะเปิด กฎหมายจะไม่ลงโทษ ไม่มีผู้รู้เห็น ที่จะตำหนิติโทษ ก็จะไม่มีการถือเอาของของผู้อื่น โดยที่เจ้าของมิได้ยกให้ หรือแม้ยกให้ก็อาจจะไม่ปรารถนาต้องการรับไว้ จึงเห็นได้ชัดว่า ความไม่โลภ เป็นเรื่องของจิตใจโดยแท้ ไม่เกี่ยวกับอะไรอื่น เช่นเดียวกันกับความโลภ เพราะความโลภ ก็เป็นเรื่องของจิตใจโดยแท้ เมื่อความโลภ เกิดขึ้นในใจเสียอย่างเดียวแล้ว แม้จะยังไม่มีโอกาส แม้กฎหมายจะลงโทษ แม้มีผู้รู้เห็น ที่จะตำหนิติโทษ ก็จะต้อง

มีการพยายามจนสุดความสามารถ ที่จะถือเอาของของผู้อื่น โดยที่เจ้าของมิได้ยกให้จนได้ นี่เป็นอย่างแรง อย่างเบา ก็ต้องมีความร้อนรนด้วยความปรารถนาอยากได้ แม้จะไม่มีทางได้จริง ๆ ก็ตาม

ด้วยเหตุนี้ จึงกล่าวได้ว่า ใจที่มีความโลภน้อย กับใจที่มีความโลภมากมีความสุขผิดกัน ใจที่มีความโลภน้อย เป็นใจที่มีความสุขมาก ใจที่มีความโลภมาก เป็นใจที่มีความสุขน้อย ความสุขส่วนนี้ เป็นเรื่องเฉพาะของใจที่มีโลภน้อยจริง ๆ หาได้เป็นเรื่องของการสามารถถือเอาของของผู้อื่น มาเป็นของตนดังปรารถนาต้องการ ของใจที่มีโลภมากไม่ ใช้สติ ใช้เหตุผลพิจารณาอารมณ์ของตน ในเรื่องนี้ จะได้พบความจริงว่า เป็นดังกล่าว

ความโลภ ไม่อาจทำให้เป็นสุขได้จริง ความไม่โลภต่างหากที่ทำให้เป็นสุขได้ เช่น วันนี้ ตื่นขึ้นด้วยอารมณ์เป็นสุขเบิกบานแจ่มใสผิดปรกติ พยายามทำสติ ดูใจตนเองว่า ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น ก็ได้พบเหตุว่า เนื่องมาจากเมื่อวันวาน เป็นวันเกิดของตน ซึ่งเป็นผู้มีตำแหน่งสูง ได้ทำบุญเลี้ยงพระ เลี้ยงแขก มีแขกเหรื่อ ทั้งที่เป็นเพื่อนฝูง พี่น้อง และผู้ใต้บังคับบัญชา ตลอดจนคนรู้จักคุ้นเคย มาในงานเป็นจำนวนมาก เมื่อแขกกลับหมดแล้ว เหลือแต่ลูกหลานในบ้าน ก็ช่วยกันเปิดห่อของขวัญที่มีผู้นำมามอบให้ ทั้งห่อเล็กห่อใหญ่มากมาย มีอยู่ห่อหนึ่ง เมื่อเปิด

ออก ทุกคนก็ต้องอุทานด้วยความประหลาดใจอย่างที่สุด ธนบัตรสีแดง เรียงซ้อนกันแน่นอยู่เต็มกล่องกระดาษสี่เหลี่ยม ไม่เล็กนัก ประมาณได้ในทันทีว่า เป็นเงินจำนวนหลายหมื่น ลูกหลานเตรียมแย่งกันวุ่นวาย คนนั้นก็จะเอาเท่านี้ คนนี้ก็จะเอาเท่านั้น มองดูหน้าทุกคนทีละคน เห็นเปล่งปลั่งด้วยความตื่นเต้นยินดีผิดกว่าเมื่อครู่ก่อนมากมาย ก็คงจะด้วยความโลภนั่นเอง ทำให้คิดว่า ได้ลาภมากมายโดยไม่รู้ตัว จึงเล่าให้ฟังว่า ทำไมจึงมีการส่งเงินจำนวนมากนั้นมาให้ เป็นของขวัญวันเกิด เป็นเงินสินบนจากผู้ต้องการให้ใช้อำนาจหน้าที่ ช่วยเหลือเขาเป็นพิเศษ เขาได้เคยพูดจาขอร้องไว้แล้ว แต่ยังมิได้ให้คำตอบแต่อย่างใด ด้วยยังไม่สนิทใจว่าเป็นสิ่งที่สมควรทำ ทุกคนนิ่งฟังเงียบกริบ คงจะคาดหมายไปตามกันว่า จะตัดสินใจอย่างไร ทุกคนโตพอแล้ว ได้ยินได้ฟังเรื่องการรับสินบนของผู้นั้นผู้นี้มามากแล้ว แต่ครั้งนี้ เป็นครั้งแรก ที่เหมือนประสบกับตัวเอง ธนบัตรจำนวนมาก วางล่อตาล่อใจอยู่ตรงหน้า เจ้าของก็จงใจส่งมาให้ มิใช่ว่าไปขอหรือบีบบังคับเอามาเมื่อไร ความโลภ ทำให้มีความคิดขึ้นว่า น่าจะช่วยเขาเป็นพิเศษให้สมประสงค์ได้ ไม่มีอะไรผิด หรือถึงจะผิดบ้าง ก็ไม่มีใครรู้ หรือถึงรู้ ก็ไม่มีใครจะมาทำอะไรได้ ตำแหน่งใหญ่โตพอจะคุ้มครองตัวเองอยู่ สติทำให้คิดว่า การทำเช่นนั้น ไม่สมควรแน่ การรับเงินในกรณีนี้ เป็นการรับสินบนแน่ ถ้าทุกอย่างดำเนินไปตามความถูกต้องสมควรแล้ว ไม่มีอะไร

ผิดแล้ว ใครที่ไหนจะยอมเสียเงินเสียทองมากมาย เพื่อแลกเปลี่ยนกับความสำเร็จนั้น เงินสินบนนั้น เขาให้กัน ต่อเมื่อรู้ชัดว่าเป็นการขอให้ทำสิ่งที่ไม่ควรทำ ที่เป็นการผิด สติทำให้นึกไปถึงคนนั้นคนนี้ ที่เคยมีข่าวอื้อฉาวเป็นที่เกลียดชัง เพราะเห็นแก่เงินแล้วทำสิ่งไม่ควรทำนี้แหละ สติทำให้นึกถึงตนเองว่า ถ้าทำเช่นนั้นบ้าง ก็จะเป็นที่รังเกียจเช่นกัน หากไม่ทำ ไม่ได้เงิน จะถึงกับเดือดร้อน หรือถึงกับจะเป็นจะตายหรือ ปัญหาเกิดขึ้นเช่นนี้ พร้อมกันนั้นความโลภที่เกิดขึ้นก่อนก็ดับไป มองดูธนบัตรจำนวนมากเหมือนมองเห็นเศษกระดาษไม่มีค่า ไม่มีความหมาย ทุกคนในที่นั้นได้รับทราบ ถึงการตัดสินใจทันทีจะส่งเงินทั้งหมดนั้นคืนเจ้าของ ซึ่งแนบนามบัตรมาด้วยอย่างเรียบร้อย เพื่อเป็นการเตือนให้ช่วยใช้อำนาจหน้าที่ ช่วยเหลือเขาเป็นพิเศษ ตามที่เขาเคยขอร้องไว้ และเพื่อชี้เหตุผลความถูกผิดให้บุตรภริยาแลเห็น ได้ขอให้ทุกคน นึกถึงบรรดาผู้ตกเป็นข่าวครึกโครมทำนองนี้มาแล้วมากมาย ว่าความเสียหายเดือดร้อนเกิดจากความโลภเท่านั้น ไม่เคยปรากฏว่า เกิดจากความไม่โลภเลย แม้ลูกหลานหลายคน จะอ้ำอึ้งแสดงความเสียดายเงินที่จะถูกส่งกลับไปหาเจ้าของ แต่ก็มีบางคน ที่แสดงความเห็นด้วยอย่างจริงใจ ไม่มีความเสียดายอาลัยในเงินจำนวนมากนั้น เลยเห็นแล้ว มีความสบายใจอย่างล้นเหลือ ที่ได้ทำตนเป็นตัวอย่างที่ดีงามแก่ลูกหลาน จนทำให้ลูกหลานดำเนินตามอย่างเห็นทันตา

อันความโลภซึ่งเป็นสิ่งสกปรกของใจนั้น ก็เช่นเดียวกับเหงื่อไคล ซึ่งเป็นสิ่งสกปรกของร่างกาย ถ้าไม่ขัดถูให้สะอาดอยู่เสมอ ก็ย่อมจะเพิ่มความสกปรกยิ่งขึ้นทุกที ที่จะอยู่ในระดับใดระดับหนึ่ง อยู่ตลอดไปหาได้ไม่ ไม่เพียรทำให้น้อยลงก็จะต้องมากขึ้น

และเมื่อความโลภมากขึ้น ความสุขก็จะน้อยลง ความโลภมากขึ้นเพียงใด ความสุขจะน้อยลงเพียงนั้น และหากไม่เพียรละความโลภของตนเสียเลย วันหนึ่งจะรู้สึกว่า ความสุขไม่มีเลย มีแต่ความร้อนรนปรารถนาต้องการไม่สิ้นสุดเท่าไร ๆ ก็ไม่พอ ผู้ไม่รู้จักพอ ก็คือผู้ไม่รู้จักความสุขนั่นแล

เมื่อเหงื่อไคลหมักหมมมากเข้า ร่างกายไม่เป็นสุขฉันใด เมื่อความโลภทวีมากขึ้น จิตใจก็ไม่เป็นสุขฉันนั้น แต่ใจที่มีความ หิว มีความโลภ ไม่เหมือนกายที่มีความหิว มีความต้องการ เพราะร่างกายที่ต้องการอาหาร เมื่อได้อาหารเพียงพอแล้วก็อิ่ม ก็พอ ก็สงบ สบาย ตรงกันข้ามกับใจ เพราะใจที่มีความโลภ เมื่อได้สิ่งที่ปรารถนาต้องการแล้วเท่าไรก็ไม่อิ่ม ไม่พอ ไม่สงบ มีแต่จะยิ่งเร่าร้อนด้วยความปรารถนาต้องการยิ่งขึ้น เหมือนไฟที่ยิ่งใส่เชื้อ ก็ยิ่งเผาไหม้ร้อนแรง หยุดให้เชื้อเมื่อใด จึงจะสงบลงได้ ด้วยเหตุนี้ หากไม่เพียรละความโลภของตนเสียเลย ความโลภก็จะทวีขึ้น จนถึงวันหนึ่ง จะรู้สึกว่าใจไม่มีความสุขเลย มีแต่ความร้อนรนปรารถนาต้องการไม่สิ้นสุด พูด

ง่าย ๆ ก็คือ ยิ่งได้ยิ่งโลภ เท่าไร ๆ ก็ไม่พอ

เมื่อเห็นไฟลุกไหม้ไม่ดับ ก็จะรู้กันว่า เพราะยังไม่หมดเชื้อ แต่เมื่อเห็นความโลภมากขึ้นไม่หยุดยั้ง มักจะไม่รู้กันว่า เพราะยังไม่หมดเชื้อเหมือนกัน และเชื้อของความโลภ คือความปรารถนาต้องการ เป็นเชื้อที่ให้ความร้อนแรงยิ่งกว่าเชื้อไฟทั้งหลายมากมายนัก จะให้ไฟดับ ก็ต้องหยุดให้เชื้อเสีย จะให้ความโลภหยุด ก็ต้องหยุดความปรารถนาต้องการเสีย

ได้เคยกล่าวถึงวิธีลดความโลภในใจมาแล้ว ประการหนึ่งว่าให้หัดเป็นผู้ให้ โดยไม่หวังผลตอบแทนเป็นลาภยศสรรเสริญสุข การให้เช่นนี้ คือการหยุดความปรารถนาต้องการในสิ่งนั้นนั่นเอง หากยังมีความปรารถนาต้องการ ในสิ่งใดอยู่ ก็ย่อมให้สิ่งนั้นไปไม่ได้ นอกจากเพื่อหวังผลที่ยิ่งกว่า คือหวังสิ่งที่ปรารถนาต้องการยิ่งกว่า หยุดความปรารถนาต้องการ ในสิ่งใดได้ จึงจะให้สิ่งนั้นไปได้ โดยไม่หวังผลที่ยิ่งกว่า

ความปรารถนาต้องการเกิดขึ้นครั้งหนึ่ง ความโลภก็เพิ่มขึ้นขั้นหนึ่ง หยุดความปรารถนาต้องการได้ครั้งหนึ่ง ความโลภก็ลดลงขั้นหนึ่ง จะให้ได้ผล คือความโลภลดลง จึงต้องหยุดความปรารถนาต้องการให้มากครั้ง กว่าเกิดความปรารถนาต้องการนั่นคือ ให้หัดเป็นผู้ให้ให้บ่อย ๆ เสมอ ๆ อย่างน้อยก็ต้องให้มากกว่าที่เกิดความปรารถนาต้องการจึงจะเกิดผลในการลดความโลภ

อนึ่ง ได้เคยกล่าวถึงวิธีดับความปรารถนาต้องการ หรือความโลภที่กำลังเกิดขึ้นให้ระงับลงได้ทันทีด้วยมีสติยกเหตุผลขึ้นลบล้างความปรารถนาต้องการหรือความโลภได้ทุกเวลา คือเหตุผลที่ว่าความโลภเป็นเหตุไม่ดี ผลไม่ดีจักต้องเกิดจากความโลภแน่นอน เพราะผลดีจักไม่เกิดจากเหตุไม่ดีเลยเป็นเด็ดขาด เมื่อต้องการผลดีก็ต้องเพียรดับความปรารถนาต้องการ เพื่อทำความโลภให้ลดน้อยลง

ดังได้กล่าวแล้วข้างต้น ความเสียหายเดือดร้อนเป็นผลที่เกิดจากความโลภเท่านั้น ความไม่โลภจักต้องให้ผลเป็นความสงบเย็นเบิกบานสบายใจ เพราะความไม่โลภเป็นเหตุดีต้องก่อให้เกิดผลดีแน่นอน

เช่นวันนี้คนที่เคยมีแต่ความปรารถนาต้องการมาตลอดเวลาตื่นขึ้นด้วยอารมณ์เป็นสุขเบิกบานแจ่มใสผิดปรกติ พยายามทำสติดูใจตนเองว่าทำไมจึงเป็นเช่นนั้น ก็ได้พบเหตุว่า เมื่อวันวานในฐานะผู้มีสิทธิจะรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเข้าเรียนในโรงเรียนแห่งหนึ่งได้หนึ่งคน มีผู้ปกครองมากกว่าหนึ่งมาฝากลูกให้นำเข้าโรงเรียนนั้นให้ได้ สองสามคนมีฐานะเงินทองดีเสนอจะตอบแทนในการช่วยเหลือด้วยเงินจำนวนมากพอดู ส่วนคนหนึ่งยากจนไม่สามารถจะตอบแทนได้ด้วยเงินทองมากมาย แต่ลูกของเขาเป็นเด็กดี เรียนดี หากได้เข้าเรียนในโรงเรียนดังกล่าวนั้น ก็จะได้เรียนต่อไปจนจบชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ความจริงน่าจะเป็นเช่นนั้น หากเข้าเรียนในโรงเรียนนี้ไม่ได้ ก็คงยากที่จะเข้าได้ที่ไหนอื่น เพราะดังกล่าวแล้ว แม่พ่อมีฐานะยากจนเกินกว่าจะดิ้นรนให้เข้าที่ไหนได้ มีที่รู้จักอยู่ก็แต่ที่โรงเรียนดังกล่าวเท่านั้น คนที่เคยมีความปรารถนาต้องการมาตลอดเวลา เมื่อฟังคำขอร้อง พร้อมด้วยเหตุผล ที่น่าสงสารน่าเห็นใจแล้ว สามารถดับความปรารถนาต้องการในเงินตอบแทน ที่จะได้รับได้ทันเวลา ตกลงรับนำเด็กรายที่ไม่มีอะไรตอบแทนเข้าโรงเรียน และปฏิเสธรายที่จะให้เงินทองตอบแทนไปทั้งหมด โดยได้พูดความจริงว่าจะช่วยเด็กที่ไม่มีหนทางไปที่อื่นแล้วจริง ๆ ผู้ปกครองที่ถูกปฏิเสธรายหนึ่ง แทนที่จะโกรธเคืองกลับยกย่องสรรเสริญอย่างจริงใจ ว่าทำถูกแล้ว ทำสิ่งที่คนทั่ว ๆ ไปทำได้ยากนักแล้ว

ที่จริงคนที่เคยมีแต่ความปรารถนาต้องการมาตลอดเวลา มีความร้อนรนมาตลอดเวลา เพราะอำนาจความปรารถนาต้องการต่าง ๆ เมื่อมาดับความปรารถนาต้องการได้ในครั้งนี้ ก็ได้รู้สึกด้วยใจตนเองว่า มีความปีติสุขเกิดขึ้นอย่างไม่เคยเป็นมาก่อนเลย

ผู้ไม่เคยดับความปรารถนาต้องการมาก่อน ย่อมไม่เคยได้รู้รสอันเลิศ ของการดับความปรารถนาต้องการได้ แม้เพียงครั้งคราว รสของการดับความปรารถนาต้องการ หรือลดความโลภในใจตนเป็นรสที่เลิศ ที่โอชะ ที่ผู้ได้รับจะเข้มแข็งอาจหาญ

ดับความปรารถนาต้องการสืบไปได้เสมอ ๆ จนความไม่โลภจะปรากฏประจักษ์แก่ใจตนเองสักวันหนึ่ง ความเยือกเย็นเป็นสุขเบิกบานสบายใจ จะเกิดขึ้นอย่างหยั่งรากลึกลงในจิตใจ ได้เป็นพื้นฐานที่ดีงาม อันเป็นสิ่งควรปรารถนาต้องการ ยิ่งกว่าสมบัติภายนอกทั้งหลาย

1 030010 012440

ราคา 20.00 บาท